

# Le Bingo de la Confiance en Soi

MAÎTRISER UNE NOUVELLE COMPÉTENCE	SE DÉBARRASSER DES PERSONNES NÉGATIVES	SORTIR DE SA ZONE DE CONFORT	FAIRE SOUVENT QUELQUE CHOSE DE CRÉATIF	S'AFFIRMER SOUVENT
EXPRIMER SES SENTIMENTS	ACCEPTER LES ÉCHECS COMME FAISANT PARTIE INTÉGRANTE DE L'ÉPANOUISSEMENT DE SOI	AFFRONTER SES PEURS	BIEN GÉRER SON TEMPS	PRENDRE DU TEMPS POUR SE REPOSER
FAIRE SOUVENT DU SPORT	TROUVER DE NOUVEAUX PASSE-TEMPS	Sophrologie	VIVRE HUMBLEMENT	ÊTRE INDULGENT AVEC SOI-MÊME
TENIR PAROLE	SE SOUVENIR QUE CHACUN SE SUFFIT À SOI-MÊME	S'AIMER PLUS QUE LES AUTRES NE LE FERONT	RÊVER EN GRAND ET RÉALISER SES RÊVES	DÉPASSER SES CROYANCES LIMITANTES
AIDER QUELQU'UN	ARRÊTER DE SE SOUCIER DE CE QUE LES AUTRES PENSENT	FAIRE LA PAIX AVEC SON PASSÉ	LIRE UN LIVRE QUI MOTIVE	RÉCLAMER L'INTÉGRITÉ